කර්මක්ෂය කිරීමෙන් ජීවිතයේ නිදහස විඳගන්න

මේ ලෝකෙ ජීවත් වෙන බොහෝ පිරිසක් එක පැත්තකින් කායිකවත්, තවත් පැත්තකින් මානසිකවත්, තවත් වෙලාවකට ඔය කියන ආකාර දෙකෙන්මත් දුක් විඳින බව ඔබ අප කවුරුත් දන්නා කාරණාවක්. මුදලට ගන්නත් බැරි, වෙනත් කෙනෙක්ට බලෙන් දෙන්නත් බැරි දෙයක් තමයි නිදහස කියල කියන්නෙ. සැනසීමක් ලබන්නට, සාමයක් අත්දකින්නට, තමන් තුල තියන විවිධාකාර කාරණා හේතුභූත වෙනව. අද දවසේ කතාව, බුද්ධ දර්ශනය ආශ්රයෙන් නිදහස බුක්ති විඳින්නෙ කොහොමද කියලයි.

මේ පෘතුවියේ ඕනෑම තැනක ජීවත් වෙන ඕනෑම කෙනෙක් බලාපොරොත්තු වෙන එකම අරමුණක් තියනව නම්, මං හිතනව ඒ අරමුණ තමයි 'නිදහස' කියල. 'සැනසීම.' කවුරුත් කැමතියි සංතෝස වෙන්න. කවුරුත් කැමතියි සතුටින් ඉන්න. ඒ සතුට ඇති කර ගන්නට ලෝකයා බොහෝම බොහෝම දේවල් කරනවා. බොහෝ මිල මුදල් වැය කරනව. අද කාලෙ වෙනකොට තමන්ගෙ සිතැඟියාවන් එළියට දාන්න, කියන්න ලෝකයාගේ ලොකු නැඹුරුතාවක් තියනව. එකී මෙකී නැඹුරුතාවයල් අතර මේ ලෝකෙ ජීවත් වෙන බොහෝ පිරිසක් එක පැත්තකින් කායිකවත් තවත් පැත්තකින් මානසිකවත් තවත් වෙලාවකට ඔය කියන ආකාර දෙකෙන්මත් දුක් විඳින බව ඔබ අප කවුරුත් දන්නා කාරණාවක්.

ජීවිතයක් ලබපු අපට බුදුරජාණන් වහන්සේ කියල දෙන ආකාරයට සාංසාරගත බැඳීමක් තියනව. මේ ජීවිතේ අපි ලබල තියන සෑම සියළු දෙයක්ම, අපිට මුණ ගැහෙන සෑම සියළු කෙනෙක් වගේම, හේතුවක ඵලයක්. සාංසාරිකව ඇති කරගත්ත සබැඳියාවක, සම්බන්ධතාවයක එක අවස්ථාවක්. එක පුරුකක්. එවන් වූ සංසාරගත චක්රයක, සංසාරගත බැඳීම් සමුදායක ගමන් කරන ලෝක සත්ත්වයා විවිධ ආගම්වලට බෙදිල තියනව. විවිධ ජාතීන්වලට බෙදිල තියනව. තමන් කතා කරන භාෂාව අනුව බෙදිල තියනව. තමන් විශ්වාස කරන විශ්වාසය මත බෙදිල තියනව.

ඒ කෙසේ නමුත් මේ ලෝකෙ හැමෝටම දුක කියන දේ උරුමයි. දුක කියන දේ සනාතන ධර්මතාවයක්. ඒක ලෝකෙ කාටත් මුහුණ දෙන්න වෙන සාමාන්ය සරල සහ පොදු අත්දැකීමක්. කාරණය වෙන්නේ, දුකක් මුණ ගැහුනහම, දුකකට මුහුණ දෙන්න සිද්ධ වුනහම, බහුතර මිනිස් ප්රජාව ඒ දෙයට ප්රතිචාර දක්වන විදිහෙන් දුක තව ටිකක් වැඩි කරනව. දුක තව ටිකක් උඩුදුවවනව.

අපේ භාෂාවෙ වුනත් දුක විඳින එකට, නැතිනම් දුකක් විඳින්න වුනහම ඒක කරුමයක් හැටියට කියවෙන බවකුත් තියනව. ඔය 'කරුමය' කියන වචනය 'කර්මය' කියන වචනයෙන් කැඩිල ආපු වචනයක් හැටියටයි

අපිට තේරෙන්නෙ. කර්මය කියන්නෙ නම් ක්රියාව. බුද්ධ ශාසනය තුල කර්මය විග්රහ වෙන පැති කිහිපයක් තියනව. කාය කර්ම, වචී කර්ම, චිත්ත කර්ම නැත්නම් මනෝ කර්ම කියල හඳුන්වන්නත් පුළුවන්.

තථාගතයන් වහන්සේගේ ඉගැන්වීමට අනුව අප විසින් කරගන්නා වූ ලබන ඕනෑම කර්මයක්, කායිකව හෝ වාචසිකව හෝ මානසිකව ඇති කරගන්නා වූ ඕනෑම කර්මයක් විපාක දෙනවාමයි. සරල උදාහරණයක් හැටියට ගත්තොත්, හොඳ වචනයකින් යම් කෙනෙක්ට කතා කලොත් හොඳ ප් රතිචාරයක් ලැබෙන්න පුළුවන් හෝ තමන්ගේ හිතට සහනයක් සැහැල්ලුවක් එන්න පුළුවන්. ඔය වගේමයි නරක වචනයකින් ප්රතිචාර දැක්වුවොත් ඒකට ලැබෙන විපාකයත්. කරන ක්රියාවේ විලාසය අනුව ලැබෙන ප්රතිඵලය විපාකයක් හෝ ආනිසංසයක් වෙන්න පුළුවනි.

කෙසේ හෝ නමුත් සංසාරගත ජීවිතයක් ගෙවන ඔබටත් මටත්, නිර්වාණය කියන දේ සාක්ෂාත් වෙන තාක් කල් දුක් කරදරවලට මුහුණ දෙන්න සිද්ධ වෙනව. අපි ගොඩක් වෙලාවට අපිට උවමනා විදියට යම්කිසි දෙයක් සිද්ධ නොවුනහම හිතන විදිහ තමයි, මේක තමයි මගේ කර්මය කියල. මට ඒකට මුහුණ දෙන්න වෙනවා කියලයි ගොඩක් වෙලාවට හිතන්නෙ. ඒ වගේම තමන්ට කරදර බාධකයකට මුහුණ දෙන්න සිද්ධ වුනහම ඒ දේට දක්වන්නා වූ ප්රතිචාරය, බොහෝ වෙලාවල්වලදී තවත් ප්රශ්නෙකට හෝ ප්රශ්න කිහිපයකට අත වනන්නත් පුළුවන්.

මෙන්න මේ අතර බුදුරජාණන් වහන්සේ දේශනා කරන ධර්මයෙහි එක්තරා තැනක සඳහන් වෙනවා, අපිට යම්කිසි වූ කර්මයකට, යම්කිසි වූ විපාකයකට මුහුණ දෙන්න සිද්ධ වුනොත් ඒ විපාකය අපි මැදහත් සිතින් මධ්යස්ථ සිතින් බාර ගත්තොත් එහෙම, අතීතයේ සංසාරයේ අපි කවදා හෝ දවසකදී කරල තියෙන අකුසල කර්මයක විපාකයක් බුක්ති වින්ඳා වෙන්න පුළුවනි. නමුත් යම්කිසි වූ දුක් විපාකයක් අපි බුක්ති විඳිනකොට ඒ දුක් විපාකයට අපි යම්කිසි වූ ආකාරයකට ප් රතික්රියා දැක්වුවහොත්, විශේෂයෙන්ම අකුසලයක් හැටියට ප් රතිචාර දැක්වුවොත් එහෙම, අන්න ඒක අළුත් කර්මයක් බවට පත් වෙනව.

උදාහරණයක් ගත්තොත් එහෙම, එක්තරා දවසක සාරිපුත්තයන් වහන්සේ පිඬු සිඟා වඩිනකොට එක මනුස්සයෙක් ඇවිල්ල සාරිපුත්තයන් වහන්සේට මහා හයියෙන් වේගයෙන් පහර දෙනව. වැරෙන් පහර දෙනව. ඒ වෙලාවෙදි සාරිපුත්තයන් වහන්සේ මහ රහතන් වහන්සේ නමක් හැටියට උන් වහන්සේ සිතුවිල්ලක් හිතනවලු, "මේ ඇඟ මේ තරම් රළු වෙලා තියෙන්නෙ නැතුව මීට වඩා මෘදු වෙලා තිබ්බ නම් මේ වගේ එකක් වදින්නෙ නැහැ"යි කියල.

බැලූ බැල්මට ඒ විදියට හිතන එක අපේ සමාජයේ හැටියට ප්රඥාගෝචර නැති දෙයක් හැටියට පේන්න පුළුවන් නමුත්, මෙන්න මේ වගේ අවස්ථාවකින් එළියට එනවා අතීතයෙ මොකක් හරි කර්මයක් තිබුනා නම් ඒක ගෙවිල ඉවර වෙනවා කියන එක.

ඔය වගේම අවස්ථාවක් විනය පිටකයේ සඳහන් වෙනවා තවත් ස්වාමීන් වහන්සේ කෙනෙක්ට තවත් එක්කෙනෙක් ගිහිල්ලා බැණ වදිනවා. උන් වහන්සේ රහතන් වහන්සේ නමක් නෙවෙයි. උන් වහන්සේ සිවුරු ටික පැත්තකින් ගලවල තියලා අර මනුස්සයට හොඳටෝම තඩි බානව. ඒක එතකොට අළුත් කර්මයක ආරම්භයක්. අළුත් ප්රශ්නෙක, අළුත් ගැටළුවක ආරම්භයක්.

අපේ ජීවිතවලටත් කරදර බාධක එනකොට, නිදහස බුක්ති විඳින්න, නිදහසක් විඳගන්න අපිට තියන ක්රමය මොකද්ද? අපේ ජීවිතවලට කරදර බාධක එනකොට අපි පුරුදු වෙලා තියන ක්රමය තමයි, ඒ කරදර බාධකය ආපු විදිහ ගැන හෝ තියන විදිහ ගැන හෝ තමන්ට ඒකෙන් ලැබෙන කරදරය ගැන, විලාප තියන්න කතා හදන්න, සමහර වෙලාවට ඔච්චම් කරන්න, මතවාද හදන්න, තමන්ට සිද්ධ වෙච්ච කරදරයක් තියනව නම් ඒ කරදරය කරපු කෙනාට හෝ ඒ පිරිසට විරුද්ධව පුළුවන් තරම් කටයුතු කාරණා කරන්න, ඒ අයට පුළුවන් තරම් රිද්දවන්න, ආදී වශයෙන් කෙලෙස් හැටියටම මුහුණ දෙන්න, කෙලෙස් ආකාරයෙන්ම මුහුණ දෙන්න සකස් වෙච්ච හිතක්, සකස් වෙච්ච පුරුද්දක් බහුතර මිනිස් ප්රජාවට තියනව.

ඒකෙන් එතකොට වෙන්නේ අළුත් කර්මයක් ඇති වෙන එකයි. අළුත් ප් රශ්ණයක් ඇති වෙන එකයි. ඔය කර්මය කියන තැනට ප්රශ්ණය කියන වචනය දාගත්තොත් එහෙම මේක ටිකක් ලේසියි තේරුම් ගන්න. කවුරු හරි කෙනෙක් අපිත් එක්ක ප්රශ්නයක් තිබිලා එයාගෙ හිතේ තරහ තියාගෙන අපිට ඇවිල්ල බැන්න කියල හිතුවොත් එහෙම, අපි ඒ බැනුම අහල අපේ හිතෙන් එයාට සමාව දුන්නා නම්, "කමක් නෑ මෙයා බැන්න එකට" කියල ඒ ප්රශ්ණය එතනින්ම ඉවරයක් වෙනව. නමුත් අපේ තියන සාධාරණකම හෝ අසාධාරණකම හෝ මොකක් හරි හේතුවක් අල්ලගෙන ඒ ප්රශ්නයට වෙනත් පැත්තකින් අපි කතාබහ කරන්න ගියොත් අර තිබිච්ච ප්රශ්නේ ඉස්සරහටත් ඇදීගෙන යනව.

සංසාරය කියන්නෙ ඔන්න ඕකටයි. සංසාර ගමන හැදෙන්නෙ මෙන්න මේ විදියටයි. මේ සංසාර ගමනට ජවය දෙන්නෙ අපිම තමයි. ඒ සංසාර ගමනෙන් නිදහස් වෙන්න පුළුවන් ශක්තිය තියෙන්නෙත් අපි ගාවම තමයි. එක පැත්තකින් කියනව නම් ඒ කර්මක්ෂය කිර්රිම තුලිනුයි. කර්මයක් ක්ෂය වෙන්නේ ඒ සිද්ධ වෙන දේ දිහා බලාගෙන ඉඳීම තුලයි. ප්රතිචාරයක් නොදක්වා බලාගෙන ඉඳීම තුලයි.

ඔය කියන වැඩපිළිවෙල පුරුදු කරන්න තියන ලේසිම ක්රමය තමයි භාවනා කරන එක. සතිපට්ඨානය වැඩීමේදී අපිට කියල දෙන එකම එක ක් රමය තමයි කිසිම කිසි ප්රතිචාරයක් නොදක්වා හුදෙක් ඒ දේ දිහා බලාගෙන ඉන්න. හුදෙක් දකින අරමුණ දිහා බලාගෙන ඉන්න. හොඳ හෝ වේවා නරක හෝ වේවා තමන්ට මටසිළුටු අරමුණක් හෝ වේවා රළු ගොරෝසු අරමුණක් හෝ වේවා ප්රතිචාරයක් නොදක්වා හුදෙක් බලාගෙන හිඳින්නැයි සතිපට්ඨානයෙදි උගන්වන්නෙ.

ඒ විදිහට බලා හිඳින්න වුනහම අපි දකීවී, අපි තේරුම් ගනීවී, ඒ ඇති වෙච්ච දේට පැවතීමක් තියනව වගේම ඒකෙ නැතිවීමකුත් තියනවයි කියල. සාමාන්ය ජීවිතේ ප්රශ්නෙකට කරදරයකට මුහුණ දුන්නහම, අපි කියන කරුමයකට මුහුණ දුන්නහම, සාමාන්ය ලෝකයාට හිතෙන්නෙ නැති කාරණාව තමයි මේ කාරණාවේ අවසානයක් තියනව කියන එක. ඉවරවීමක් තියනවා කියන එක. ගෙවීමක් තියනවා කියන එක තේරෙන්නෙ නැහැ.

සතිපට්ඨාන භාවනාව වඩන කෙනා දකින්න පටන් ගන්නවා, තමන්ට භාවනාව තුල වේදනාවක් නම් කරදර වෙන්නේ, වේදනාවකින් නම් කරදර වෙන්නේ, ඒ වේදනාවෙත් ඇති වීමක් පැවතීමක් වගේම නැතිවීමකුත් තියනවාය කියල. සිතිවිල්ලකින් නම් කරදරය වෙන්නේ, ඒ සිතිවිල්ල දිහා බලාගෙන ඉන්න පුළුවන්කමක් තියනවා නම්, ඒ සිතිවිල්ලට ඇති වීමක් වගේම පැවතීමකුත් ඒ වගේම නැවතීමකුත් තියනවයි කියල. නමුත් සාමාන්ය ලෝකයාගේ චින්තන පරාසය මත ඒගොල්ලන්ට හිතන්න තේරෙන්නෙ, මේ තියන දුක, මේ තියන ප්රශ්නෙ, මේ තියන කරදරය, හැමදාම මේ විදියමයි කියලයි.

නෑ ඒකෙ එහෙම එකක් නැහැ. නිදහසක් බුක්ති විඳින්න පුළුවන්. ඒ කොහොමද? කර්මක්ෂය කලාට පස්සේ. කර්මක්ෂය කරන්නෙ කොහොමද? ප් රතිචාර නොදක්වා ඉන්න ඉගෙන ගත්තට පස්සෙ. ඒක අකුසල් පැත්තට වෙන්නත් පුළුවන්. සමහර වෙලාවට කුසල් පැත්තට වෙන්නත් පුළුවන්. ඒ ඕනෑම පැත්තකට ප්රතිචාර නොදක්වා ඉන්න අපිට ඉගෙන ගන්න පුළුවන් නම් අතීත කර්මයක් ගෙවිල ඉවර වේවි. අනාගතයෙ කර්මයක් හට ගන්නෙ නැති වේවි. එහෙම වුනහම අපිට නිදහස බුක්ති විඳින්න පුළුවන්. සැනසීම බුක්ති විඳින්න පුළුවන්.

ජිනං වන්දාම ගෝතමං

පූජනීය පදියතලාවේ මේධාවි හිමි